

Kecenderungan Pemilihan Jajanan pada Anak Usia Sekolah di MI Darul Ulum Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang

Nur Hayati¹, Hilmah Nuriya²

^{1,2}Program Studi Gizi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Email: nur_hayati@walisongo.ac.id

ABSTRACT

Snacks are foods used by school children even for school children to buy snacks. The quality of many snacks on the market is still increasing the monitoring of the adequacy of nutritional value for children who are in growth. Children's snacks these days have become worthwhile because there are sellers who are not responsible for chemicals such as formaline, borax, textile dyes, and artificial sweeteners. The attitude of the child in choosing a snack can affect his health. Children who do not have sufficient knowledge that healthy, safe, and halal gambling often consume snacks because of the fascinating charm to attract the attention of the food. The data used to determine the tendency of hawker election in children who already have knowledge about healthy food. The sample used as the data at this time is all Class V (five) MI Darul Ulum District Ngaliyan City Semarang, as many as 43 respondents. Data collection using techniques, interviews and questionnaires. Test the validity of the questionnaire using product moment and reliability using alpha cronbach. Knowledge given and donation of 18.06% to the tendency in choosing snacks at Class V students (five) MI Darul Ulum Ngaliyan Subdistrict Semarang City.

Keywords: healthy food knowledge, tendency to choose, snacks, children school

PENDAHULUAN

Jajanan dengan beragam bentuk merupakan makanan yang menarik minat masyarakat terutama anak-anak usia sekolah. Jajanan dapat diperoleh dengan mudah di warung-warung, pedagang asongan, kaki lima, supermarket, toko-toko ataupun kantin sekolah. Departemen Kesehatan RI (2003) menyebutkan bahwa makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau

disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain disajikan jasa boga, rumah makan, restoran, dan hotel. Jajanan biasanya didominasi dengan kandungan karbohidrat yang tinggi dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, atau mineral.

Salah satu jenis makanan jajanan, berupa *snack* ringan yang seringkali ditambahkan BTM (Bahan Tambahan Makanan) dengan tujuan untuk memperbaiki aroma, tekstur, rasa,

penampakan, serta umur simpan makanan (Ary Istiani dan Ruslianti, 2013). Kebanyakan *snack* yang dikonsumsi mengandung garam dan kalori yang tinggi. *Snack* kurang baik bagi kesehatan karena tidak mengenyangkan dan tidak memberikan kecukupan zat gizi. Jika *snack* dikonsumsi secara berlebihan dan tidak mengenal waktu akan mengakibatkan obesitas (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta III, 2010).

Jajanan merupakan salah satu makanan yang umumnya dikonsumsi oleh kelompok anak usia sekolah. Kelompok ini mempunyai laju pertumbuhan fisik yang lambat tetapi konsisten. Mereka secara terus-menerus memperoleh pendewasaan dalam keterampilan motorik serta menunjukkan peningkatan yang berarti dalam keterampilan kognitif, sosial, dan emosional. Kebiasaan makan yang terbentuk pada usia sekolah ini serta jenis makanan yang disukai atau tidak disukai merupakan dasar bagi pola konsumsi makanan dan asupan gizi anak di usia selanjutnya (Sunita Almatsier, 2011). Anak usia Sekolah Dasar (SD) umumnya berada pada rentang usia 7-13 tahun yang memerlukan asupan gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan fisik dan mentalnya. Makanan yang kaya akan

nutrisi sangat mempengaruhi tumbuh kembang otak dan organ-organ lain yang dibutuhkan anak untuk mencapai hasil belajar yang optimal. (Ary Istiani dan Ruslianti, 2013).

Pertumbuhan usia anak sekolah berjalan terus dengan mantap walaupun tidak secepat seperti waktu bayi. Anak harus dibiasakan untuk makan pagi terlebih dahulu sebelum berangkat ke sekolah, tidak perlu melarang mereka untuk jajan di kantin, melainkan dengan memberi pengertian untuk memilih makanan yang bergizi (Koes Irianto, 2014).

Kecukupan asupan makanan tidak hanya tergantung pada ketersediaan makanan, tetapi juga pada faktor-faktor lain seperti budaya, lingkungan, dan interaksi sosial. Perilaku makan anak memiliki hubungan dengan kebiasaan orangtua. Orangtua secara sadar maupun tidak sadar telah menuntun kecenderungan makan anak dan membentuk gaya makan anak seperti orang tuanya. Pemilihan makan anak juga dipengaruhi oleh idola atau tokoh populer yang menarik bagi anak, kebiasaan makan teman sebaya, serta lingkungan tempat tinggal (Ary Istiani dan Ruslianti, 2013). Kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak sehat akan menimbulkan gangguan kesehatan. Gangguan ini berupa gejala

ringan seperti pusing dan mual, atau yang serius seperti muntah-muntah, keram otot, diare, cacat dan samapi meninggal dunia. Gangguan tersebut dikarenakan keracunan pangan yang berdampak buruk bagi konsumen sampai produsen/industri (Departemen Kesehatan RI, 2011).

METODE PENELITIAN

Data yang diperoleh merupakan hasil dari instrumen kuesioner yang dihitung secara statistik. Penghitungan data yang dipilih adalah dengan menggunakan analisis regresi. Sampel penelitian ini berjumlah 43 Siswa yang merupakan seluruh Kelas V (Lima) MI Darul Ulum Ngaliyan Semarang. Kelas V disasar sebagai subyek penelitian karena usia anak Kelas V (usia 11 – 13 tahun) merupakan usia yang sudah mulai bisa memilih hal – hal yang disukai atau tidak disukai. Materi belajar Sains Kelas V (Lima) juga membahas tentang makanan sehat dan bergizi. Konsep konsumsi makanan yang halal dan *thayyib* sesuai dalam tuntunan Agama Islam dan dicontohkan Rasulullah SAW juga telah diajarkan di mata Pelajaran Fiqih.

Madrasah Ibtidaiyah (MI) Darul Ulum, Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang merupakan madrasah setingkat Sekolah Dasar (SD) yang menarik untuk

studi tentang kecenderungan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah karena di madrasah/sekolah tersebut memiliki program untuk memperkenalkan dan menganjurkan makanan/ jajanan sehat yang didukung oleh Komite Sekolah.

Pengambilan data menggunakan metode observasi, wawancara, dan kuisisioner. Uji validitas butir kuisisioner menggunakan penghitungan Korelasi *Product Moment*. Uji reliabilitas dari kuisisioner menggunakan penghitungan *Alpha Cronbach*. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan data kuisisioner yang diisi oleh 26 responden. Responden untuk menentukan validitas dan reliabilitas kuisisioner berasal dari Siswa Kelas VI (Enam) MI Darul Ulum, Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

MI Darul Ulum mulai berdiri pada tahun 1982 yang memiliki lokasi strategis dengan akses jalan yang sangat mudah karena berada di pinggir jalan raya Desa Wates Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Kebanyakan peserta didiknya berasal dari lingkungan dekat madrasah sendiri, namun ada juga yang berasal dari daerah yang lebih jauh.

Sekolah ini memiliki kantin sekolah yang baru berdiri sekitar 1 (satu) tahun.

Kantin ini merupakan salah satu upaya pemberdayaan terhadap orangtua/wali murid sebagai bagian dari usaha Komite Sekolah untuk menyediakan jajanan sehat. Jajanan yang dijual adalah hasil produksi dari orangtua/wali siswa MI Darul Ulum sendiri.

Orangtua/wali siswa yang akan menitipkan jajannya di kantin ini harus mematuhi himbauan dari pengelola sekolah supaya menjual jajanan yang sehat dan memperhatikan kandungan gizinya, bebas dari pewarna makanan yang berbahaya dan pemanis buatan. Himbauan dari pihak pengelola sekolah tersebut kadang masih tidak dipatuhi oleh orang tua/ wali murid yang menitipkan jajanan di kantin sekolah.

Jajanan yang dijual di sekitar sekolah MI Darul Ulum dapat dikatakan secara umum masih belum sesuai indikator makanan sehat. Penjual jajanan umumnya belum memperhatikan komposisi yang terkandung di dalam makanan yang dijual. Penjual jajanan juga belum peduli akan efek yang terjadi bagi para pembeli di kemudian hari. Walaupun di sekolah tersebut menyediakan jajanan di kantin sekolah, namun kantin sekolah juga belum menyediakan makanan jajanan yang sesuai dengan indikator makanan sehat. Pihak sekolah belum berani secara tegas

melarang penjual jajanan menggelar dagangannya di depan pagar sekolah. Pihak sekolah beralasan bahwa jika dilakukan pelarangan kepada para pedagang akan terjadi protes dari masyarakat karena sekolah tersebut berdiri di tengah-tengah masyarakat dengan taraf ekonomi menengah ke bawah. Pihak sekolah hanya menghimbau kepada para pedagang untuk menjual jajanan yang sehat.

MI Darul Ulum juga bekerjasama dengan Puskesmas dalam upaya menyediakan jajanan sehat bagi siswanya. Puskesmas melakukan pemeriksaan kandungan zat gizi dan kemungkinan ditemukannya zat berbahaya dalam makanan yang dijual oleh pedagang di sekitar sekolah. Pemeriksaan dilakukan sekitar 2 – 3 kali dalam setahun.

Analisis data kuisioner dari 43 Siswa Kelas V (Lima) menunjukkan bahwa pengetahuan siswa terhadap makanan sehat menunjukkan nilai *mean* (rata - rata) 16,9302 dan standar deviasi 1,0997. Rata – rata pengetahuan tentang makanan sehat pada responden menunjukkan rentang interval 16 – 17 yang merupakan kategori “cukup baik”. Analisis kecenderungan pemilihan jajanan menunjukkan nilai *mean* (rata-rata) 51, 8837 dan standar

deviasi 4,8216. Rata-rata kecenderungan pemilihan jajanan pada responden berada di interval 49-54 yang dikategorikan “cukup baik”.

Hasil dari analisis ini dianggap kurang memuaskan karena berbagai usaha yang telah dilakukan oleh guru dalam menyampaikan materi pembelajaran tentang makanan sehat dan bergizi bagi Siswa Kelas V (Lima) sesuai kurikulum Pelajaran Sains yang telah disampaikan kepada siswa. Siswa-siswa MI Darul Ulum juga memperoleh dampingan secara intensif dari Pusat Studi Gender (PSG) UIN Walisongo tentang makanan sehat. Pendampingan juga dilakukan terhadap orang tua, guru, dan penjual jajanan yang biasa menggelar dagangan di depan sekolah. Kualitas pengetahuan jajanan sehat yang ideal seharusnya minimal berada dalam kategori “baik”. Kecenderungan pemilihan jajanan juga diharapkan berada dalam kategori “baik”.

Tabel 1. Kualitas Pengetahuan

Rata-rata	Interval	Kategori	Kriteria
	>18	Sangat Baik	
	17-18	Baik	
	16-17	Cukup	
16,9302	15-16	Kurang	Cukup
	<15	Sangat Kurang	

Tabel 2. Kencenderungan memilih makanan jajanan

Rata - rata	Interval	Kategori	Kriteria
	59 Ke atas	Sangat Baik	
	54 – 59	Baik	
	49 – 54	Cukup	
51,8837	44 – 49	Kurang	
	44 Ke Bawah	Sangat Kurang	Cukup

Perhitungan konstribusi R^2 (koefisien determinasi) diperoleh angka 0,1806 atau 18,06 %. Angka tersebut diartikan adanya konstribusi pengetahuan makanan sehat sebesar 18,06 % terhadap variabel kecenderungan pemilihan jajanan. Pengetahuan mengenai makanan sehat dapat mempengaruhi kecenderungan siswa dalam memilih jajanan sebesar 18,06 %, sedangkan 81, 94 % dipengaruhi oleh variabel/faktor lainnya. Perhitungan tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tentang makanan sehat mempunyai hubungan yang “sangat rendah” dengan variabel kecenderungan pemilihan jajanan. Hal ini sejalan dengan pendapat Sunita Atmisier *et. al* (2011) bahwa sikap anak dalam memilih jajanan tidak hanya dengan pengetahuan mengenai makanan saja tetapi juga di

pengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Adapun faktor lain yang mempengaruhi sikap anak dalam memilih jajanan adalah kebiasaan masa kecil, sosial budaya, agama dan kepercayaan, keadaan finansial, iklan, dan mitos terhadap makanan.

KESIMPULAN

Jajanan yang dikonsumsi oleh siswa perlu diawasi secara berkala kadar kandungan gizi di dalamnya berkerjasama dengan berbagai pihak terkait. Pengetahuan yang dimiliki oleh peserta didik perlu ditingkatkan dengan melakukan berbagai pelatihan dan pembiasaan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, pengetahuan mengenai makanan sehat dapat memengaruhi sikap dalam memilih jajanan peserta didik walaupun hanya sebesar 18,06 % saja. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi pengetahuan mengenai makanan sehat yang dimiliki oleh peserta didik maka akan semakin tinggi pula sikap dalam memilih jajanannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Abdillah Muhammad bin Yazid Ibnu Majah Al qazuni, *Sunan Ibnu Majah*, Saudi Arabia: Baitul Afkar Addauliyah, 1999.
- Almatsier, Sunita dkk, *Gizi Seimbang dalam Daur Ulang Kehidupan*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2011.
- Arikunto, Suharsimi, *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan Ed. 2*, Jakarta: Bumi Aksara, 2012.
- , Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010.
- Azwar, Saifudin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.
- Bungin, M. Burhan, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-ilmu Sosial lainnya Ed. 1*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010.
- Darmawan, Deni, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013.
- Devi, Nirmala, *Nutrition and Food Gizi untuk Keluarga*, Jakarta: PT Kompas Media Nusantara, 2010.
- Direktorat Bina Gizi Ditjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kemenkes, *Pedoman Keamanan Pangan di SD*, Jakarta, 2011.
- Hadi, Sutrisno, *Analisis Regresi*, Yogyakarta: Andi Offset, 2004.
- Irianto, Koes, *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Istiani, Ary dan Ruslianti, *Gizi Terapan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Kepmenkes no. 942 tahun 2003 tentang pedoman hygiene sanitasi makanan jajanan

Shodiq, *Aplikasi Statistika dalam Penelitian Kependidikan*, Semarang: CV Karya Abadi Jaya, 2015.

Singarimbun, Mari dan Sofian Efendi, *Metode Penelitian Survei Ed. Revisi*, Jakarta: LP3ES, 2011. Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, 2015.

_____, *Statiska untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2015.

Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta III, *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*, Jakarta: Salemba Medika, 2010.

Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, 2015.